

Фрукти та овочі, схвалені WIC штату Міссурі



Як користуватися чеками на фрукти та овочі

- Використовуйте чеки на фрукти та овочі тільки у продовольчих магазинах WIC.
- Купуйте тільки свіжі й морожені фрукти та овочі.
- Не перевищуйте надруковану на чেці суму.
- Не платіть грошима суму, на яку ваша покупка перевищує ваш чек на фрукти та овочі.
- Ви не отримаєте гроші/здачі з чека.
- За одну покупку можна заплатити двома або більше чеками на фрукти та овочі. Наприклад, за покупку на суму \$16 можна заплати чеками на \$6 та \$10.



Свіжі фрукти

Дозволяється:

- Будь-які свіжі цілі фрукти чи половинки фруктів без додавання цукру*
- Фрукти в соці чи з додаванням концентрату фруктового соку

Не дозволяється:

- Свіжі фрукти з додаванням цукру* або карамелі
- Фуршетні упаковки або підноси для прийомів з фруктами
- Корзини з фруктами
- Сушені фрукти чи фруктові цукерки рулетиками
- Фрукти, які можна купити з салатних барів
- Горіхи (наприклад, арахіс) або суміші фруктів та горіхів
- Печені вироби з фруктами (наприклад, кексики-мафіни з чорницею, фруктові та гарбузові пироги)
- Декоративні фрукти
- Окремі порції з відділу делікатесів

* "З додаванням цукру" включає кукурудзяний сироп, кукурудзяний сироп з високим вмістом фруктози, малтозу, декстрозу, цукрозута кленовий сироп.



Свіжі овочі

Дозволяється:

- Будь-які свіжі цілі чи порізані овочі без додавання цукру*, жиру чи олії
- Салат-латук у пакетах або зелене салатне листя
- Ямс і солодка картопля
- Свіжий часник та імбир

Недозволяється:

- Біла, червона і жовта картопля
- Фуршетні упаковки або підноси для прийомів з овочами
- Корзини з овочами
- Салат-латук у пакетах або зелене салатне листя з салатними заправками, сиром, крутонами чи іншими додатковими інгредієнтами
- Окремі порції з відділу делікатесів
- Овочі, перероблені на пюре чи соуси, або у паніровці
- Овочево-зернові суміші (з макаронними виробами чи рисом)
- Овочі, які можна купити з салатних барів
- Декоративні овочі (наприклад, низки перців-члі та часнику, декоративні гарбузи-гурди, розмальовані гарбузи й індіанська кукурудза)
- Трави та спеції, що переважно використовуються для надання смаку.



Морожені овочі

Дозволяється:

- Будь-які марки, тип та розміри упаковок
- Ямс і солодка картопля
- Морожені зелені боби, морожений цукровий горох, морожений солодкий горох, морожені стручки зеленого гороху
- Звичайні овочі або овочі з низьким вмістом солі
- Будь-які прості овочі, прості овочеві суміші (без білі або червоної картоплі)



Недозволяється:

- Біла, червона і жовта картопля
- Картопля-фрі, картопляні шматочки з тертої картоплі чи картопля, порізана на частини іншої форми
- З додаванням цукру*, жиру чи олії
- Сирний соус, соус будь-якого іншого типу чи масло
- Овочі з приправами чи смаковими добавками або у паніровці
- Овочі з соусом, макаронними виробами, рисом або іншими інгредієнтами

Морожені фрукти

Дозволяється:

- Будь-які марки, тип та розміри упаковок
- Будь-які прості фрукти та прості фруктові суміші
- Будь-які морожені фрукти з фруктовим соком, штучними підсоложувачами чи водою



Недозволяється:

- Морожені фрукти з додаванням цукру*

РОБОТОДАВЕЦЬ РІВНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ
ПОЗITИВНИК дій
Послуги надаються набеджинської основі.
#1228 Ukrainian (09-09)

